

Desnudando el sexo

+ Breve descripción de la cápsula auditiva "Desnudando el sexo"

"Desnudando el sexo" ha sido creada por once jóvenes de distintos orígenes (europeo, africano y latinoamericano), sexos, identidades y orientaciones, a raíz de sus propias vivencias del sexo y de las relaciones sexuales.

Esta cápsula ha sido realizada mediante una pedagogía *artivista* participativa en la que se planteó una serie de preguntas anónimas al grupo. Las respuestas se juntaron y mezclaron para luego ser grabadas de manera aleatoria, independientemente de quienes las formuló.

Está pensada para trabajar cuestiones relacionadas con derechos sexuales y con la necesidad de una educación sexual diversa, de calidad y orientada hacia el placer.

+ Duración de la cápsula: 6:20 minutos

+ Objetivos de la actividad:

- o Tomar consciencia del recorrido personal e íntimo en cuanto a sexo y sexualidad.
- o Visibilizar la influencia del sistema binario sexo-género en las vivencias de las relaciones sexuales en particular, y de las sexualidades, en general.
- o Hacernos responsables personal y colectivamente de los cambios que deseamos impulsar en cuestiones de derechos sexuales.

+ Personas:

Destinatarias: personas jóvenes y adultas a partir de 16 años.

Facilitadoras: personas adultas y jóvenes a partir de 16 años. Es importante que la persona que facilita tenga conocimientos previos respecto al tema y/o pueda visualizar los vídeos y materiales proporcionados a continuación.

+ Duración de la actividad: de una a tres sesiones de 60 minutos.

+ Antes de empezar

1. Antes de escuchar la cápsula auditiva con un grupo y de facilitar las actividades propuestas a continuación, es bueno que tengas conocimiento sobre sexualidades y géneros. Si necesitas apoyo, te proponemos visionar los siguientes vídeos y materiales. También los puedes usar para profundizar con el grupo en los temas que sean de interés.

¿Sabes qué es la sexualidad? | La Mente es Maravillosa

<https://lamenteesmaravillosa.com/sabes-que-es-la-sexualidad/>

Sexualidad Humana | Junta de Andalucía

<http://www.zenodoto.com/gestiondocs/cursosacademicos/manualesrecursos/sexualidadhumana/pdf/1.pdf>

Adolescencias y cuerpos. Transformando realidades | Isa Duque. Medicus Mundi Sur

<https://www.adolescenciasycuerpos.org/fichas-didacticas/>

Sexualidad. Cuerpos, identidades y orientaciones |colección de guías sobre derechos sexuales y reproductivos de las mujeres jóvenes

<https://drive.google.com/file/d/1yAJ9k3B-IPib4yYIGT4ee4qkRva7v6Rb/view>

Sexo vs. Género Vol. 1//Psico Woman

<https://www.youtube.com/watch?v=7dRdgzIkPCU>

Sexo vs. Género Vol. 2//Psico Woman

<https://www.youtube.com/watch?v=42MC6EIVH04>

Todo esto también es SEXO: LGTBQIA+ GODI - GSRDI no Binarismo y más |Psico Woman

https://www.youtube.com/watch?v=x5EA6_fvjUU

Asexualidad en primera persona | Psico Woman & Olivia Ruiz

<https://www.youtube.com/watch?v=aOqBpmfPAn4>

¿Qué es la bisexualidad? ¿pan-bi...?reflexiones sobre Bifobia y + |Psico Woman y Elisa Coll

<https://www.youtube.com/watch?v=Adb2aP7PcIO>

2. Recuerda que se suele confundir genitalidad, sexo y sexualidad. En esta cápsula, el grupo de *artistas* enfoca su discurso principalmente en sus vivencias del sexo, de las relaciones y de las prácticas sexuales. Sin embargo, hablar de sexualidad sería algo mucho más amplio.

"La sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales" (OMS, 2006)

Por ello hablamos de sexualidades en plural ya que existen tantas sexualidades como personas y vivencias.

Sesión 1

+ Duración de la sesión:

60 minutos

+ Materiales necesarios:

Una hoja de papel y un bolígrafo por persona.

Anexo I.A. Y I.B. fichas de personajes y listado de testimonios extraídos de la cápsula.

+ Desarrollo de la sesión

1. Antes de escuchar la cápsula, te proponemos invitar el grupo a reflexionar sobre los temas tratados, respondiendo individual y anónimamente a las siguientes preguntas¹ (33'):

- ¿Qué es el sexo para ti?
- ¿Qué información (no) te dieron sobre sexo y relaciones sexuales en tu infancia/juventud? ¿Quién(es) (no) te dieron esa información?
- ¿Qué aprendiste o dejaste de aprender entonces? ¿Te quedaste con algunas preguntas al respecto? ¿Cuál(es)?
- ¿Qué relación tenías con tu cuerpo en la infancia/juventud? ¿Te tocabas? ¿Te masturbabas? ¿Esos momentos eran compartidos? ¿Hablabas de ellos?
- ¿Cómo fue tu primera vez?, o ¿Cómo fue por no haberla tenido?
- ¿Qué cambiarías? ¿Qué te hubiese gustado o hubiese necesitado saber en cuanto a sexo, relaciones sexuales y sexualidades?

2. Ahora puedes poner la cápsula para que el grupo la escuche. Al terminar, le puedes preguntar a cada persona que exprese en una frase lo que más le ha llamado la atención (7').

3. A continuación, puedes proponerle al grupo jugar a reconocer quién ha dicho qué. Como ya hemos comentado, la cápsula ha sido creada por un grupo de personas diversas (distintos orígenes, sexos asignados al nacer, identidades de género y orientaciones) a raíz de sus vivencias íntimas. Sin embargo, sus voces y testimonios han sido mezclados y grabados sin que correspondan con su propia experiencia.

Por parejas, plantéales a las personas participantes jugar con la tabla del Anexo I.B., adivinando quién ha dicho qué². Se trata de juntar cada testimonio con un

¹ Si planteas esta actividad con un grupo, es fundamental crear anteriormente un clima íntimo, seguro y respetuoso. Indícales a las personas participantes que no tendrán que compartir sus respuestas si no lo desean. Se trata ante todo de un ejercicio de auto indagación, auto reflexión y de consciencia personal.

² Previamente, puedes hacer otra dinámica ya que aquí vamos a aprovechar para desmontar estereotipos. Si te da tiempo, puedes usar el Anexo I.A., y proponerle al grupo que identifique quien es quien, juntando una foto con un perfil y expresando por qué elige una combinación y no otra. Al final de la dinámica, **será importante observar lo que el grupo dio por hecho y recalcar las varias posibilidades existentes a la hora de asignar una cara a un perfil ya que no se tiene más información respecto a la persona, sus características físicas y otras.**

personaje, con varios, o con todos ellos, tomando en cuenta quien consideran que ha podido vivir, reconocer y expresar una vivencia u otra (15').

4. Si realizas la actividad en dos sesiones, puedes cerrar comentándole al grupo que en el próximo encuentro se compartirán las respuestas al juego. Por fin, invita cada persona a expresar una palabra que traduzca como se ha sentido a lo largo de la sesión (emoción principal de la sesión de hoy).

ANEXO I.A.

<p>Jaime. Sexo masculino. Cisgénero. Homosexual. Cubano. Anastasia. Sexo femenino. Cisgénero. Heterosexual. Rusa. Adri. Intersex. Genero no binario. Pansexual. Española. Buba. Sexo masculino. Cisgénero. Heterosexual. Senegalés. Lola. Sexo femenino. Cisgénero. Homosexual. Española. Ina. Sexo femenino. Cisgénero Bisexual. Alemana. Andrea. Sexo masculino. Chica Transgénero. Homosexual. Español. Ramón. Sexo masculino. Cisgénero. Heterosexual. Español. Salma. Sexo femenino. Cisgénero. Heterosexual. Argelina.</p>	<p>INSERTAR FOTOS SIN NOMBRES</p>
---	-----------------------------------

ANEXO I.B.

[Además de una tabla de dos columnas, crear fichas de personajes como el ejemplo aquí abajo]

<p>INSERTAR FOTOS EN FRENTE DE CADA NOMBRE/PERFIL</p>	<p>Jaime. Sexo masculino. Cisgénero. Homosexual. Cubano. Anastasia. Sexo femenino. Cisgénero. Heterosexual. Rusa. Adri. Intersex. Genero no binario. Pansexual. Española. Buba. Sexo masculino. Cisgénero. Heterosexual. Senegalés. Lola. Sexo femenino. Cisgénero. Homosexual. Española. Ina. Sexo femenino. Cisgénero Bisexual. Alemana. Andrea. Sexo masculino. Chica Transgénero. Homosexual. Español. Ramón. Sexo masculino. Cisgénero. Heterosexual. Español. Salma. Sexo femenino. Cisgénero. Heterosexual. Argelina.</p>
---	---

1. El sexo es la unión de dos o más personas que tienen como finalidad el placer. Pero también puede ser solo como por ejemplo la masturbación, las películas pornográficas.

2. Yo prefiero la penetración.
3. También el sexo significa comunicación directa o indirecta a cerca de lo que le gusta a cada persona. Es dar y recibir.
4. Es un encuentro sagrado entre almas. Alguien que es capaz de hacerte sentir sin ni siquiera tocarte.
5. Mis colegas más mayores me pusieron una peli porno, la vimos juntxs y respondieron a su manera a las dudas que teníamos.
6. En la infancia, la información respecto al sexo y a las relaciones sexuales fue inexistente.
7. Recibí información sobre sexo y relaciones sexuales en el instituto a través de mis compañerxs que hablaban de quien había besado o tocado cierta parte de unx chicx.
8. En mi adolescencia, me masturbaba y descubrí lo que era un orgasmo conmigo mismx. Lo compartía con mis amigxs de la infancia y con mi hermanx lo hablaba mucho.
9. Con mi cuerpo tenía bastantes complejos que me limitaban a la hora de sentirme cómodx durante las relaciones sexuales.
10. Lo más cool, la primera vez que me acosté con mi compa.
11. Me sentí nerviosx, ellx tenía experiencia. Pensaba que iba a cagarla, sabría hacerlo bien. ¿Cómo dar y recibir placer?
12. Fue con mi primerx novix, llevábamos 6 meses. En otros encuentros hubo excitación. Mi primera vez fue en un parque. Con una canción.



Sesión 2

+ Duración de la sesión:

60 minutos

+ Materiales necesarios:

Una hoja de papel y un bolígrafo por persona.

Anexo I.B. fichas de personajes y listado de testimonios extraídos de la cápsula.

+ Desarrollo de la sesión

1. Una vez las combinaciones entre perfiles y testimonios realizadas, invita cada pareja a poner en común sus respuestas. Para ello, puedes leer cada enunciado uno a uno, y pedirle a cada pareja que levante las fichas de los personajes correspondientes de manera que todo el grupo pueda ver los perfiles elegidos para cada propuesta (10').

2. Luego, puedes plantear las siguientes preguntas (20'):

- ¿Por qué y cómo han elegido combinar una oración con un perfil más que con otro?
- ¿Qué estereotipos han podido influir en su elección?
- ¿Influye el sexo asignado al nacer, la identidad de género, la orientación sexual y/o el lugar de origen en la vivencia del sexo y/o de la sexualidad?
- ¿Pensas que todos los personajes representados tienen los mismos privilegios en cuanto a vivir libremente su sexualidad?
- ¿Es diferente la educación y/o la socialización de un chico, de una chica o de una persona intersexual, particularmente en temas de sexualidades y relaciones sexuales? ¿Es lo mismo vivir una sexualidad normativa que no normativa?

Aquí sería importante concluir la sesión remarcando que, en la mayoría de los casos, todas las personas podrían haber compartido muchas de las oraciones. Por un lado, es fundamental que busques desmontar estereotipos, y por otro, que puedas visibilizar que la vivencia de la sexualidad propia puede muy vinculada a la cultura, al sexo asignado, a la identidad sexual, a la orientación, etc.

3. Puedes seguir el diálogo y la construcción colectiva de saberes con las siguientes preguntas (15'):

- ¿En la cápsula, las personas hablan más bien de sexo o de sexualidad? ¿Cuál es la diferencia entre una cosa y otra?
- ¿Qué diferencias y/o puntos en común has podido observar entre tu propia experiencia y las vivencias narradas en el audio?³
- ¿Por qué preferimos hablar de sexualidades en plural, y no de sexualidad?
- ¿Y a ti cómo te gustaría/hubiese gustado vivir tu sexualidad?

³ Esta última pregunta puede ser lanzada para generar una reflexión íntima y/o para invitar quien quiera a compartir algo de sus vivencias, desde la confianza y los cuidados. Nadie puede sentir presión por expresarse al respecto.

- ¿Y a ti qué te gustaría/hubiese gustado saber al respecto?

4. Para cerrar la sesión, puedes invitar el grupo a crear un mural con pinturas o ceras, en el que cada persona exprese sus propios deseos y reivindicaciones en cuanto a sexualidades, información y educación sexual (15').

Sesión 3

Si te quedan ganas, ánimo y energía, ¿por qué no animar el grupo a generar una campaña de movilización para lograr uno de los objetivos que tiene en común? Por ejemplo, puede reivindicar una educación sexual diversa y de calidad en su IES, o fomentar el respeto de las distintas identidades y orientaciones del deseo en su barrio.

Para ello, puedes consultar la [guía ¿Caminamos, artistas?](#) publicada por nuestra ONG.



Jaime



Anastasia



Adri



Buba



Salma



Ina



Andrea



Ramón



Lola



Jaime

Sexo

masculino.

Cisgénero.

Homosexual.

Cubano.



Educación 2.0



Anastasia

Sexo

femenino.

Cisgénero.

Heterosexual.

Rusa.



Educación 2.0



Adri

Intersex.

Genero no
binario.

Pansexual.

Españole.



Educación 2.0



Buba

Sexo

masculino.

Cisgénero.

Heterosexual.

Senegalés.



Educación 2.0



Lola

Sexo

femenino.

Cisgénero.

Homosexual.

Española.



Educación 2.0



Ina

Sexo
femenino.
Cisgénero
Bisexual.
Alemana.



Educación 2.0



Andrea

Sexo
masculino.

Chica
Transgénero.
Homosexual.

Español.



Educación 2.0



Ramón

Sexo

masculino.

Cisgénero.

Heterosexual.

Español.



Educación 2.0



Salma

Sexo

femenino.

Cisgénero.

Heterosexual.

Argelina.



Educación 2.0